

Победитель III Национального конкурса среди печатных СМИ "Золотая литера"

ЗДОРОВАЯ ГАЗЕТА

WWW.RECIPE.BY

№6 (160) 26 февраля 2009 г. Учредитель и издатель ЧУП "Профессиональные издания" Основана в 2001 году Выходит 2 раза в месяц по четвергам Для работников здравоохранения

Важно

Международной системе контроля над наркотиками – 100 лет

Сто лет назад, когда в отношении наркотиков не применялось никаких регулирующих мер, уровень злоупотребления ими начал принимать угрожающие масштабы.

В тот момент в США, например, в немедицинских целях использовалось около 90 процентов наркотических средств. Только в одном Китае объем потребления опиатов составлял более трех тысяч тонн в морфиновом эквиваленте, что превышает совокупный объем законного и незаконного потребления этих веществ, наблюдаемый на сегодняшний день во всем мире. Именно в Китае, являвшемся тогда мировым рассадником наркомании, была создана в 1909 году Международная комиссия по контролю над наркотиками. Так, было положено начало международной договорной системе, опирающейся сегодня на три главных международных договора о контроле над наркотиками: Единую конвенцию о наркотических средствах 1961 года, Конвенцию о психотропных веществах 1971 года и Конвенцию Организации Объединенных Наций о борьбе против незаконного наркотического оборота

стр. 2



Тема номера

Наркологическая служба Минздрава подвела итоги работы за прошедший год. Как складывается ситуация с потреблением наркотиков в Беларуси, каково реальное число наркоманов в стране, получит ли в Беларуси широкое распространение заместительная терапия как метод лечения наркомании, рассказывает главный нарколог Министерства здравоохранения Алексей АЛЕКСАНДРОВ.

Белорусы и наркотики: ситуация напряженная

– Общее количество лиц, наблюдаемых белорусскими наркологами в связи с потреблением наркотических средств, превысило одиннадцать с половиной тысяч человек. Более семи тысяч из них – люди, страдающие зависимостью от наркотиков, то есть тяжелым заболеванием, приносящим страдание им самим и делающим их опасными для общества. Под действием ломки человек способен на совершение преступлений, и чем больше возрастает количество наркоманов, тем больше растет такая преступность. В этом вопросе наркологическая служба должна тесно взаимодействовать с правоохранительными органами.

Одним из эффективных способов пресечения наркопреступности является обеспечение доступа лиц, страдающих наркотической зависимостью, к эффективному лечению, соответствующему стандартам международных организаций.

– Каким образом белорусские наркологи смогут обеспечить такое лечение?

– Сейчас успешно завершился третий этап совместного белорусско-украино-молдавского проекта по борьбе с оборотом и незаконной торговлей наркотиками и наркотическими средствами, на реализацию которого Европейской комиссией и ПРООН за два года было выделено 900 тысяч евро. В Беларуси им были охвачены медики и сотрудники правоохранительных органов. Нужно отметить, что проект действительно принес свои плоды. Удалось значительно повысить уровень подготовки специалистов. Улучшилось оснащение учреждений, которые оказывают наркологическую помощь. Мы надеемся, что это, а также применение рекомендаций ВОЗ и современных методик лечения позволит нам работать более эффективно.

В рамках реализации государственной программы по противодействию наркомании Министерство здравоохранения будет стремиться внедрять те современные методы, которые упомянуты, в том числе, и в нынешнем докладе Международного комитета по контролю над наркотиками, в котором оговорена позиция этого комитета в отношении заместительной поддерживающей терапии наркотической зависимости. Комитет заявляет, что не возражает против оказания данного вида помощи лицам с наркотической зависи-

стр. 3



наш партнер

НОВО-ПАССИТ

эффективное успокоительное лекарственное средство

Перед применением ознакомьтесь с инструкцией и проконсультируйтесь с врачом



Вы прекрасны в своем равновесии

Производитель АЙВЭКС Фармасьютикалз с.р.о., Чешская Республика

Рег. уд. МЗ РБ №2332/97/02/05/07 от 30.03.2007 до 30.03.2012
№ 5944/02/07 от 01.11.2007 до 02.11.2012

Важно

Международной системе контроля над наркотиками – 100 лет

начало на стр. 1

наркотических и психотропных веществ 1988 года. Сторонами всех трех конвенций являются 95 процентов государств – членов ООН, в которых проживает 99 процентов населения Земли. Международные организации называют систему международного контроля над наркотиками одним из важнейших достижений двадцатого века в области международного сотрудничества.

Накануне юбилея Международный комитет по контролю над наркотиками представил доклад, в котором подвел итоги деятельности системы и обозначил главные проблемы, которые предстоит решить международному сообществу.

Одна из них связана с излишне рьяной борьбой некоторых государств с наркотикосодержащими веществами. Хотя доступ к контролируемым лекарственным средствам, по мнению ВОЗ, является одним из прав человека, он практически полностью отсутствует более чем в 150 странах. Из-за этого медицинскую помощь не получают около 30 миллионов больных и еще около 86 миллионов человек, страдающих от сильной боли.

Другая проблема заключается в непоследовательном осуществлении положений о контроле над каннабисом. Эксперты отмечают, что за последние два десятилетия были выведены новые, более сильнодействующие виды этого растения, уровень содержания «активных веществ» значительно превышает уровень 80-х годов прошлого столетия.

Еще одно отмеченное в докладе тревожное явление современности заключается в деятельности мошеннических интернет-аптек, которые способствуют гораздо более широкому распространению наркотиков, особенно среди молодежи. Серьезную обеспокоенность вызывает киберпреступность. Поскольку наркоторговцы используют системы шифрования данных при передаче информации через Интернет, им удается весьма успешно обходить закон, координируя поставки наркотиков и отмывание денег.

Представитель ООН в Беларуси Антониус Брук, презентовавший доклад в нашей стране, отметил, что Беларусь, в силу своего географического положения, является страной, через которую осуществляется транзит наркотиков. В связи с этим особенное значение имеет то активное участие, которое она принимает в международных программах, помогая предотвращать распространение наркомании в Европейском регионе.

Новости

40% используемых рентгеновских аппаратов в Беларуси – устаревшие

Об этом рассказал главный радиолог Министерства здравоохранения Георгий Чиж на республиканском совещании по итогам работы службы лучевой диагностики, лучевой терапии и радиационной безопасности за 2008 год и задачам на 2009 год.

В лечебно-профилактических учреждениях Беларуси эксплуатируется 3 761 рентгеновский аппарат. Из них 1 654 – это диагностические установки, которые используются свыше десяти лет, исчерпали свой ресурс и нуждаются в замене. Как правило, устаревшее оборудование используется в провинции. Однако, как заметил главный радиолог Минздрава, в настоящее время «остро нуждается в замене существующего рентгеновского оборудования Республиканская клиническая больница медицинской реабилитации, Республиканский научно-практический центр детской онкологии и гематологии, НПЦ психического здоровья в Новинках».

В течение последних трех лет за счет средств республиканского и местных бюджетов было закуплено и установлено в лечебно-профилактические учреждения Минздрава 854 аппарата для службы лучевой диагностики, в том числе 25 компьютерных томографов и 264 аппарата ультразвуковой диагностики.

В 2009 году, по информации Георгия Чижа, запланирована замена устаревших компьютерных томографов в Могилевском и Витебском областных диагностических центрах. Программой переоснащения амбулаторно-поликлинических учреждений Беларуси в 2009 году предусмотрено также осуществить централизованные закупки аппаратов для проведения ультразвуковых исследований, флюорографий, а также для проведения различных рентгеновских снимков, в том числе маммографов.

Главный радиолог Минздрава также подчеркнул, что проблема нехватки кадров существует и среди врачей ультразвуковой диагностики. В Беларуси треть врачей, выполняющих УЗИ, совмещают несколько должностей. Укомплектованность ставок врачей УЗИ составляет в нашей стране только 53%. За год количество врачей, работающих в радиационной онкологии, уменьшилось на 14 человек и составляет теперь 128 человек.

Кроме недостаточной оплаты труда существует проблема подготовки кадров, заметил Г.Чиж. При том, что в Белорусской академии последипломного образования проходят с 2005 года курсы по повышению квалификации врачей компьютерной и магнитно-резонансной терапии, а с 2006 года открыта кафедра лучевой диагностики, анализ показывает, что «последипломное обучение по современным направлениям диагностики в республике нуждается в совершенствовании».

По словам Георгия Чижа, полноценное обучение по некоторым специализациям диагностики в настоящее время может проходить только за рубежом. В Беларуси, по его словам, недостаточная техническая база для повышения квалификации врачей-рентгенологов и врачей лучевой терапии, пишет naviny.by

Минские медики в период зимних рыбалок ищут симулянтов и аггравантов

В период эпидемии гриппа, которая совпадает с сезоном зимней рыбалки, медики тщательно ищут среди находящихся на больничных листах симулянтов и аггравантов (агграванты – люди, преувеличивающие симптомы болезни и болезненного состояния в различных целях), сообщили в комитете по здравоохранению Мингорисполкома.

«Проверки медиками соблюдения режима людьми, которым выдан больничный лист, проводится круглогодично. Но особенно они актуальны в период эпидемии гриппа, который совпадает с сезоном зимней рыбалки», отметили специалисты.

По их словам, «практика показывает, что люди порой симулируют болезнь, чтобы получить больничный лист. И медики проверяют на дому пациентов, чтобы удостовериться, что для выдачи больничного были основания». «Есть случаи, когда медики не застают дома пациента, которому выдали больничный лист. Бывает, что пациент использует время, на которое ему выдан больничный лист для употребления спиртных напитков». По их словам, в соответствии с существующим законодательством, если медики установили, что человек симулировал болезнь, больничный лист ему закрывают и аннулируют.

Новости

Белорусские фармзаводы и GMP

Сертификацию пройдут таблеточные производства на РУП «Белмедпрепараты» и РУП «Гродненский завод медицинских препаратов», мазевое отделение галенового цеха ОАО «Борисовский завод медицинских препаратов», производство инфузионных растворов в полимерной таре с использованием технологии «Bottlepack» на РУП «Несвижский завод медицинских препаратов», производства лекарственных средств в твердых желатиновых капсулах на УП «Минскинтеркапс» и сиропов на РУП «Экзон».

В концерне подчеркнули, что работа по внедрению GMP – это мировая практика. Без соответствия такому стандарту в будущем невозможно будет продать фармацевтическую продукцию. Сертификат означает, по сути, что продукция фармзаводов не нуждается в дополнительном контроле качества. Он предполагает полную проверку лекарств на любом этапе производства.

В Беларуси в 2006 году было завершено формирование нормативной базы, разработаны республиканские стандарты, и сейчас они внедряются на предприятиях. Уже сертифицировано 11 производственных участков пяти предприятий концерна «Белбиофарм», на которых выпускается около 90 наименований лекарств.

«Первопроходцем» в этой области стал «Борисовский завод медпрепаратов», где сертификат получил участок ампульного производства. На сегодняшний день на этом предприятии лекарства, соответствующие международным требованиям, выпускаются на 6 участках – это порошки для инъекций во флаконах, таблетки, растворы для инъекций в ампулах вакуумного и шприцевого наполнения.

Сертифицированные производства есть и у УП «Минскинтеркапс» (производства твердых и мягких желатиновых капсул), РУП «Белмедпрепараты» (производство инъекционных лекарств во флаконах и ампулах методом шприцевого наполнения), РУП «Экзон» (таблеточное производство), РУП «Гродненский завод медпрепаратов» (капсульное производство).

«В период до 2010 года переход всех фармацевтических предприятий отрасли на производство в соответствии с правилами GMP в основном будет завершено», – отметили в концерне.

XVI международная специализированная выставка
belarusmedica
ЗДРАВООХРАНЕНИЕ БЕЛАРУСИ
24-27.03.2009
МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:
ФУТБОЛЬНЫЙ МАНЕЖ /пр. Победителей, 20/2 г. Минск
ПОД ПАТРОНАЖЕМ:
ОРГАНИЗАТОР:
T&C

Тема номера

начало на стр. 1

Белорусы и наркотики: ситуация напряженная

мостью, и в то же время настаивает на строгом контроле над этим процессом.

– Решение о применении метадона для лечения наркозависимости вызвало довольно неоднозначную реакцию в обществе. Насколько эффективен этот метод, будет ли он все-таки активно распространяться в Беларуси?

– Говоря о заместительной поддерживающей терапии, я бы не сводил ее только к упомянутому лекарственному препарату. Другие средства, относящиеся к опиоидным анальгетикам, например, морфин или промедон, также могут быть использованы, в том числе, и для лечения наркотической зависимости. По мнению Международного комитета по контролю над наркотиками, они могут применяться без всякого нарушения в странах, где конкретный препарат не входит в перечень запрещенных к применению. Метод заместительной поддерживающей терапии применяется уже более сорока лет – начиная с 1966 года. Если бы он не помогал пациентам прекращать потребление, по крайней мере, нелегальных наркотиков, не сокращал бы количество наркотических преступлений и не предотвращал бы распространение ВИЧ и СПИДа из среды наркопотребителей в общество, он не рекомендовался бы международными организациями.

Однако мировой опыт требует тщательной проверки в Беларуси. Поэтому на данный момент в нашей стране реализуется только пилотный проект. Лишь по окончательным результатам его реализации, которые должны быть получены в октябре текущего года, можно будет выносить заключение о том, стоит ли давать ему более широкое распространение.

– Однако какие-то выводы за время реализации пилотного проекта белорусские наркологи уже наверняка успели сделать?

– Предварительные данные свидетельствуют, что в предотвращении наркотических преступлений лицами, находящимися на заместительной терапии, этот метод является чрезвычайно эффективным. Это подтверждает хотя бы следующий пример. Когда пациенты отбирались для прохождения заместительной терапии, они ожидали начала программы в течение года. За этот год из пятидесяти человек, которые были отобраны, пятнадцать не дождались начала лечения, потому что были направлены в места лишения свободы за совершение различных преступлений. Из пятидесяти пациентов, получавших заместительную терапию, в течение года по этому пути пошли только три человека. Возможно, эти цифры кажутся не такими уж внушительными.

– В чем заключаются главные проблемы, стоящие сейчас перед наркологической службой Беларуси?

– Многие из них связаны с тем, что, в связи с достаточно высокой активностью наших правоохранительных органов, изменился спектр наиболее активно потребляемых в стране наркотических средств. В настоящее время героин и метадон не являются лидирующими по потреблению препаратами. По данным последнего опроса потребителей наркотиков, проведенного в стационарах, а также в условиях амбулаторной практики, около 90% всех лиц, состоящих на учете в наркологической службе, принимают кустарные опиоиды. Это вещества, изготовленные из зерен мака. Благодаря изменениям, внесенным в наше законодательство, данный продукт не продается на рынках. Однако имеются данные, что его можно приобрести под заказ, и что в Беларуси существует такая услуга, как его доставка на дом. В этом отношении мы будем вести совместную работу с правоохранительными органами.

Достаточно большой проблемой является оборот психотропных средств, в том числе – неконтролируемых. Большую тревогу вызывает у наркологов тот факт, что в Беларуси ежегодно растет потребление фенобарбитала, который входит в состав нерецептурных лекарственных средств (карвалол и валокардин). Согласно требованиям международной конвенции, фенобарбитал включен в список контролируемых психотропных средств. Тем не менее, у нас упомянутые препараты продаются без рецепта и рост потребления этих нерецептурных настоек ежегодно растет. Так, по данным прошлого года, в Беларуси продано более тысячи килограммов неконтролируемого фенобарбитала, что явно указывает на рост количества людей, потребляющих его для немедицинских целей. Эту проблему нам очень хотелось бы обсудить с правоохранительными органами, и в ближайшее время мы планируем начать предпринимать шаги по ее решению.

Еще одну серьезную проблему представляют нерецептурные препараты от кашля, о которых также упоминается в докладе Международного комитета по контролю над наркотиками. Препарат декстрометорфан по требованиям международного права не относится к категории контролируемых. Однако в последнее время все чаще выявляются случаи его употребления в немедицинских целях, злоупотребления им. Нашими специалистами уже наблюдались даже несколько случаев зависимости от этого препарата.

Одной из главных задач Министерства здравоохранения является профилактика распространения наркомании, на которую будут направлены очень большие усилия. Об эффективности работы, проводившейся в этом направлении в последнее время, свидетельствует тот факт, что сейчас на наркологическом учете по всей стране состоит менее десяти несовершеннолетних с диагнозом наркомания. Каждый из них получает необходимую медицинскую помощь и психологическую поддержку.

– Однако международные эксперты в своих докладах обычно упоминают о том, что для того, чтобы получить представление о реальной распространенности заболевания, количество состоящих на учете людей, в том числе несовершеннолетних, нужно умножить примерно в десять раз…

– Эта цифра несколько завышена. По данным нашего Республиканского центра мониторинга, работающего в Гродно, который дважды готовил отчет о наркопотреблении, соотношение людей, которые состоят на учете или наблюдаются наркологами, и лиц, употребляющих наркотики, но не попавших в поле зрения врачей, можно оценивать примерно как один к шести. Хочу подчеркнуть, что это ориентировочные данные, полученные на основании математических расчетов, и они не отражают реально существующую ситуацию. Для того, чтобы ее оценить, необходимо проведение масштабных социологических исследований. Такие исследования прописаны в рамках реализации государственной программы по борьбе с наркоманией, и мы надеемся, что они будут проведены в течение текущего и следующего года.

АРПЕТОЛ

Лечит:
- ОРВИ
- грипп
- герпес
- бронхит



Рег. уд. МЗ РБ № 07/08/1485 от 28.09.2007 до 28.09.2012

Арпетол – лечит, а не просто облегчает симптомы гриппа!

Производитель – СООО «Лекфарм», Республика Беларусь

лекфарм
качество имеет значение



Арпетол

- Оказывает иммуномодулирующее и противогриппозное действия.
- Снижает частоту развития осложнений, связанных с вирусной инфекцией, а также обострений хронических бактериальных заболеваний.
- При вирусных инфекциях снижает выраженность общей интоксикации, сокращает продолжительность болезни.
- Относится к малотоксичным препаратам.

Показания к применению

- Лечение и профилактика гриппа и других острых инфекций, в том числе осложненных бронхитом и пневмонией.
- Хронический бронхит, пневмония, рецидивирующая герпетическая (в комплексном лечении).
- Для профилактики инфекционных осложнений и нормализации иммунного статуса в послеоперационном периоде.

Лекарственное средство. Перед применением проконсультируйтесь с врачом и ознакомьтесь с инструкцией.

Способ применения и дозы

Внутрь, до приема пищи. Разовая доза: детям от 3 до 6 лет - 50 мг, от 6 до 12 лет - 100 мг, старше 12 лет и взрослым - 200 мг (2 таблетки по 100 мг или 4 таблетки по 50 мг).

Для неспецифической профилактики
- При непосредственном контакте с больными гриппом и другими острыми респираторными вирусными инфекциями:
– детям от 3 до 6 лет - 50 мг, от 6 до 12 лет - 100 мг, старше 12 лет и взрослым - 200 мг один раз в день в течение 10-14 дней.
- Для предупреждения обострений хронического бронхита, рецидива герпетической инфекции в период эпидемии гриппа и других острых респираторных вирусных инфекций:
– детям от 3 до 6 лет - 50 мг, от 6 до 12 лет - 100 мг, старше 12 лет и взрослым - 200 мг два раза в неделю в течение 3 недель.

Для лечения
- Грипп, другие острые респираторные вирусные инфекции без осложнений:
– детям от 3 до 6 лет - 50 мг, от 6 до 12 лет - 100 мг, старше 12 лет и взрослым - 200 мг 4 раза в сутки (каждые 6 часов) в течение 5 суток.

Закон – то, что мы разъясняем

Начало в № 2/2009

Правовые подарки нового года



Сферы здравоохранения и социальной поддержки в 2009 году пополнились необходимыми и долгожданными нововведениями. Заканчивая цикл «Правовые подарки нового года», хотелось бы упомянуть об изменениях, внесенных в закон «О приватизации жилищного фонда в РБ» и закон «Об охране труда».

Законом от 15 июля 2008 года внесены изменения в законодательные акты Республики Беларусь по вопросам жилищных отношений. Основные изменения внесены в Закон «**О приватизации жилищного фонда в Республике Беларусь**». Закон во многом систематизировал порядок безвозмездной приватизации, установил единый подход к осуществлению приватизации для всех категорий льготников. Так, по общему правилу безвозмездно передается (с учетом жилищной квоты, суммы квот) в собственность 20 кв.м общей жилой площади на льготника и каждого проживающего вместе с ним нетрудоспособного неработающего члена его семьи. Остальная часть жилых помещений будет приватизироваться на общих основаниях.

В Законе расширен перечень жилых помещений, на приватизацию которых установлен запрет, за счет жилых помещений специального служебного жилищного фонда; государственного жилищного фонда, предоставленными по срочному договору найма лицам, обязанным согласно постановлению суда возмещать расходы по содержанию детей, находящихся на государственном обеспечении; помещениями, расположенными в зданиях, выделенных для размещения органов и подразделений по чрезвычайным ситуациям, а также находящихся в собственности Республики Беларусь и расположенными на территории иностранных государств. Данные изменения вступили в силу с 5 ноября 2008 г.

Также январь 2009 года ознаменовался вступлением в силу Закона **«Об охране труда»**. Со 2 января данный документ, систематизирующий и усовершенствующий на основе национального и международного опыта систему регулирования общественных отношений в области охраны труда, начал действовать. Закон подробно регулирует вопросы, касающиеся прав работающих на охрану труда, организации охраны труда, соответствия производственных объектов, оборудования и процессов, рабочих мест, продукции требованиям по охране труда, специфики охраны труда при выполнении отдельных работ, надзора и контроля за соблюдением законодательства об охране труда и распространяется не только на работающих по трудовому договору, но и на основе договора подряда и иных гражданско-правовых договоров, а также по иным основаниям (в том числе на основе членства (участия) в юридических лицах любых организационно-правовых форм, на глав и членов крестьянских (фермерских) хозяйств).

Антон СМИРНОВ, юрист

300 граммов жизни

300 граммов – столько в среднем весит наше сердце. И этот маленький кусок плоти, за один удар, проталкивающий по организму всего 60-75 мл (3-4 столовые ложки) крови, за сутки перекачивает ее до 7,5 т – 75 столитровых бочек. За 70 лет сердце совершает 2,5 млрд ударов. При необходимости оно способно за секунды резко – в 2-3 раза – увеличить свою производительность, если нам надо бежать от нападения, ставить мировой рекорд, выслушивать разнос от начальства, ссориться с мужем или отражать превосходящие силы противника.

СЕРДЕЧНЫЙ СЛОВАРЬ

Аритмия – нарушения в ритмичной работе сердца различной природы. В тяжелых случаях требует хирургического лечения.

Брадикардия – слишком редкое сокращение сердца (у взрослых – пульс менее 60 ударов в минуту).

Ишемическая болезнь сердца (ИБС) – недостаточное снабжение сердца кислородом. Причиной является сужение просвета сосудов, питающих сердце. Помимо лекарств, применяют новые, малоинвазивные методы расширения просвета сосудов – стентирование, баллонирование. В тяжелых случаях – операция аортокоронарного шунтирования.

Инфаркт миокарда – поражение части сердечной мышцы, когда коронарная артерия перестает работать. Состояние больного зависит от места и тяжести поражения и скорости врачебной помощи.

Коронарография – рентгеновское исследование состояния сердечных артерий при помощи контрастного вещества, введенного в кровь.

Тахикардия – учащенные сокращения сердца. Может быть физиологической (при повышении физической или нервной нагрузки) и патологической (симптомом болезни). Различают также предсердную (менее опасную) и желудочковую (угрожающую жизни). Длительная тахикардия ухудшает кровоснабжение сердца, что может привести к развитию ИБС и инфаркту.

Из всех причин сердечно-сосудистых заболеваний лишь с двумя невозможно ничего сделать. Первая – неудачная наследственность. Вторая – возраст. Риск больше для мужчин старше 45 и женщин старше 55 лет. Но эти причины не фатальны, если вы сумеете справиться с пятью устранимыми причинами болезней сердца и сосудов.

1. **Стресс**. Многие специалисты говорят, что они даже необходимы, держат организм в тонусе. Весь вопрос в том, как мы умеем справляться со стрессами, «отыгрывать» их. Лучшими способами считаются физическая активность и аутотренинг.
2. **Гиподинамия**. Нехватка физических нагрузок детренирует мышцы и соответственно сосуды и сердце. Вес растет, что тоже тяжело для сердца и сосудов – каждые 4 с половиной лишних килограмм веса прибавляют 4,5 мм к цифрам артериального давления. А высокое давление – фактор риска ИБС и других заболеваний сердца.
3. **Неправильное питание**. Избыток жиров и углеводов в рационе – верный путь к лишнему весу и ожирению.
4. **Курение**. Вредные вещества табака воздействуют на стенки сосудов, особенно мелких. Капилляры теряют эластичность, плохо снабжают кровью ткани, особенно внутренних органов, в том числе сердца и ног.
5. **Злоупотребление алкоголем** и прочими психоактивными веществами. Каждый случай «перебора» сказывается на работе сердца и сосудов. Хроническая алкогольная интоксикация быстро изнашивает сердце и сосуды, регулярные большие дозы пива оборачиваются «пивным сердцем» – сердечная мышца теряет упругость, способность хорошо сокращаться.

ТО ДЛЯ ПЛАМЕННОГО МОТОРА

Ученые Стокгольмского Каролинского института обнародовали пять советов, позволяющих снизить инфаркт миокарда почти вдвое (на 92%). Они предназначены женщинам, поскольку рост числа инфарктов в этой группе населения Европы тревожит врачей. Но в них нет ничего, что не подходило бы мужчинам. Итак, чтобы избежать инфаркта, нужно:

1. Есть зелень, фрукты, овощи, рыбу, а также продукты, подвергшиеся минимальной переработке.
2. Алкоголь употреблять умеренно.
3. Следить за своей талией и стремиться, чтобы ее объем не превышал объем бедер.
4. Ежедневно ходить в быстром темпе или ездить на велосипеде 40 минут и 1 час в неделю посвящать гимнастике.
5. Не курить.

В ходе исследования, проведенного учеными института, были проанализированы образ жизни и привычки 24 500 женщин старше 50 лет. Выяснилось, что женщины, следующие этим простым правилам, на 92% снижают вероятность инфаркта. Однако авторы доклада отмечают, что всем этим рекомендациям вместе взятым следуют лишь 5% женщин.

ОЧЕНЬ НЕРВНАЯ ПОЧВА

Модный диагноз прошлого – вегетососудистая дистония. В переводе – недостаток тонуса сосудов, возникающий на нервной почве. Теперь грамотные врачи пользуются другим термином – нейроциркуляторная дистония (НЦД). В принципе то же самое.

НЦД – это когда «все болит, ничего не помогает». Может проявляться слабостью, утомляемостью, болями в сердце, позвоночнике, животе, спине, расстройствами стула, обмороками, повышением или понижением температуры тела, чувством нереальности происходящего, слезливостью, раздражительностью и т.п.

Диагноз поставить трудно, иногда такие больные годами ходят по врачам. Лечить еще сложнее. Хорошо помогают успокоительные лекарства, физические нагрузки, бассейн.

СПАСИ СЕБЯ САМ

Согласно медицинской статистике, примерно половина смертей вызвана сердечно-сосудистыми заболеваниями. Половина от этой половины умирают от ИБС и инфаркта миокарда. Причем каждый третий из них – еще до приезда «скорой» или на пути в больницу. Многие из этих людей могли бы выжить, если бы знали простые правила самопомощи.

Итак, если возникала давящая боль за грудиной, отдающая в шею, челюсть, левую руку, если она длится больше 15 минут, это вполне может быть сердечный приступ или даже развивающийся инфаркт.

– Алгоритм самопомощи в таких случаях несложен и доступен каждому, – советует президент Научно-практического общества скорой медицинской помощи профессор Аркадий Верткин. – Запомните пять простых действий, которые вы должны совершить.

1. Принять таблетку аспирина 300 мг, лучше ее разжевать и запить водой.
2. Положить под язык таблетку нитроглицерина.
3. Если вы дома одни, открыть входную дверь.
4. Вызвать «Скорую помощь».
5. Лечь в постель.

Те же доступные средства – аспирин и нитроглицерин – необходимо иметь в любой офисной аптечке, а также в аптечке водителя, чтобы оказать помощь коллеге на работе или на автотрассе, если она потребуется. Не помешают они и любому из нас – в сумочке или кармане.

Алкоголизм, придуманный человеком?

Люди, к сожалению, часто недооценивают свое пристрастие к алкоголю. И сколько ни тверди нашему человеку, что пить вредно, он с упорством идет в магазин за очередной бутылкой горячительного напитка, не подозревая, чем это может для него обернуться. Но только ли человеку присуще неравнодушие к алкоголю?



Израильские ученые из университета Бен-Гуриона, наблюдавшие за поведением летучих мышей, выяснили, что те откровенно сторонились алкоголя. «Наверное, потому что пьяная мышь – мертвая мышь», – считает Бери Пиншоу, один из авторов той работы (фото с сайта depts.ttu.edu).

Истории о животных, пристрастившихся к выпивке, – не новость. Однако на самом деле об алкогольных склонностях фауны в естественных условиях почти ничего не известно. О том, играет ли употребление спиртного приспособительную роль или это случайно обнаруженная нашими не очень далекими предками веселая забава, рассказывает membrana.ru. До недавних пор ученые даже с возрастом этой самой забавы никак определиться не могли. Еще Чарльз Дарвин в «Происхождении человека» отмечал, что обезьяны довольно падки на крепкие алкогольные напитки, а также пиво. Но там речь шла о находящихся в условиях неволи особях. Так что привязать возникновение «синего рефлекса» к нашим далеким родственникам на основании одних лишь наблюдений основоположника эволюционной теории было бы слишком смело.

О спаивании питомцев в цирке или зоопарке многие, конечно, слышали. Но достоверных свидетельств природной предрасположенности животных к употреблению алкоголя не так много. Речь идет, разумеется, о злоупотреблении продуктами естественного брожения.

Наоборот, ряд исследований, проведенных биологами, опровергали предположение о такой «пагубной привычке»: в диких условиях подопытные по большей части либо не проявляли никакого интереса к алкоголю, либо в гневе его отвергали.

Например, антрополог Кэтрин Милтон из Беркли изучила соответствующие работы по 22 видам приматов – ни один из них не был замечен в поисках продуктов естественной ферментации.

Да и рассказы о природных попойках у слонов (которых на самом деле нередко «подсаживают» на алкоголь в условиях неволи) – тоже фикция. Физиолог Стив Моррис из университета Бристоля рассчитал, что среднестатистическому слону необходимо съесть более 700 плодов для достижения некого подобия опьянения.

Таким образом, до недавних пор «природный алкоголизм» вообще ставился под сомнение.

Однако результаты нового исследования, опубликованные в журнале PNAS, доказывают: как минимум несколько видов животных в естественных условиях тропиков спиртным все-таки балуются. И порой достаточно жестко.

Франк Виенс и Аннете Цицтманн из университета Байройта обнаружили, что малайзийская «белочка» тупайя перохвостая уж слишком часто наведывалась на пальму отведать нектар.



Расчетным путем доктор Виенс и его группа пришли к выводу, что уровень алкогольной интоксикации у Ptilocercus lowii составляет 1,4 грамма. И «белочки» его нередко достигали. И даже превышали. Если перевести на человеческий эквивалент, то крохотные создания выпивали в среднем по девять бокалов вина за день.

Немецкие ученые также заметили странный аромат брожения, исходящий от дерева, и пену – вроде той, какую можно наблюдать на пивной кружке.

«Все свидетельствовало о том, что без алкоголя там не обошлось», – припоминает доктор Виенс. Дело в том, что он сам попробовал (и, судя по всему, распробовал) тот забродивший нектар. Экспериментальным путем было установлено, что там содержится 3,8% алкоголя – почти как в пиве.

Ботанический бар открыт круглосуточно и для всех: среди постоянных посетителей были впоследствии замечены семь видов млекопитающих. В том числе (и в первых рядах) уже упомянутая тупайя, а также толстый лори. Они, подкравшись ночью, залпом осушали плоды с брагой.

Исследователи считают, что такое поведение имеет под собой адаптационные основания: зверькам нравится измененное состояние сознания, и в то же время они играют роль опылителей растений.

Кстати, несмотря на немалый относительный размер употребленного алкоголя, тупайи и лори (приматы, заметим) обычно не теряют головы. Биологи не заметили у них никаких внешних признаков буйства или превращения в оборотней.

Более того, ученые поставили вопрос совершенно с другой стороны: дозы алкоголя – эволюционно обусловленный стимул, который служит чем-то вроде награды лесным друзьям со стороны растений.

Роберт Дадли, заведующий лабораторией биомеханики в Беркли, считает, что в ходе исследования в малайзийских джунглях впервые удалось добыть доказательства в поддержку эволюционных причин алкоголизма.

Предпосылки для этого, по мнению ученого, возникли еще в те далекие времена, когда наши предки-антропоиды скитались по тропикам в поисках спелых фруктов.

Специфический запах брожения – если следовать данной теории – сигнализировал о том, что содержание калорий и питательных веществ в плоде максимально.

Но, увы, свою роль опять сыграла эта вечная дихотомия добра и зла. Как в случае со многими другими адаптациями, полезная сторона обернулась для кое-кого не слишком практичным образом.

Возникшая у человека любовь к молекуле C_2H_5OH со временем стала причиной пагубного влечения для многих Homo sapiens.

Аналогичную ситуацию можно наблюдать и со склонностью к полноте: раньше было не до излишков жировых отложений – дотянуть бы до следующего плодородного сезона. А теперь… Фитнес-центры, низкокалорийные продукты и прочие добавки – многомиллиардная индустрия.

Кстати, вторая вероятная причина увлечения спиртным – его медицинские свойства. В частности, доктор Виенс не исключает приема алкоголя для снятия депрессии – в качестве альтернативы собственной же теории об опылении и вознаграждении. Похоже, у такого подхода есть свои основания. Например, в другом недавнем исследовании, результаты которого представлены в International Journal of Primatology, приведены свидетельства употребления человекообразными естественного противовоспалительно средства.

Четыре индонезийских орангутана как ни в чем не бывало собирали некий бальзам и прикладывали к поврежденным членам. Вероятно, это был впервые обнаруженный у диких приматов прецедент самостоятельного приема обезболивающего наркотика. Между прочим, местное население (а дело происходило на острове Борнео) принимает для целей обезболивания то же самое средство – это специально обработанные листья растения рода Commelina benghalensis.

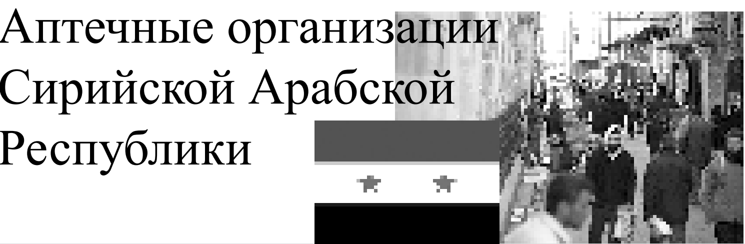
Уж не понятно, кто у кого научился, но факт остается фактом: необходимые на каком-то этапе (или при каких-то условиях) «дополнения» к естественному метаболизму вполне могли возникнуть эволюционным путем.

И не важно, что было тому причиной. Забывать об опасных в силу своей древности человеческих слабостях в любом случае не стоит.

А как у них?

Завершая цикл статей о фармациях САР, необходимо упомянуть об организации хранения лекарственных средств, об особенностях сирийского законодательства в отношении аптечного дела и сравнить подходы в организации работы аптек Беларуси и Сирии.

Аптечные организации Сирийской Арабской Республики



Хранение лекарственных средств в аптеке производится в соответствии с Приказом МЗ САР.

В помещениях хранения должна поддерживаться определенная температура – для этого указанные помещения должны быть оснащены кондиционерами и обеспечены термометрами для контроля температурного режима. Учет температуры в помещениях хранения осуществляет провизор, работающий в аптеке.

Помещения хранения в аптеках Сирийской Арабской Республики, как правило, не имеют окон.

Хранение лекарственных средств в помещениях хранения может осуществляться:

- по токсикологическим группам:

1. наркотические, ядовитые (терминология САР) и психотропные лекарственные средства хранятся в сейфах или металлических шкафах, прикрепленных к полу и выкрашенных в черный цвет;
2. сильнодействующие лекарственные средства хранятся в обычных шкафах, запирающихся на ключ и выкрашенных в красный цвет;
3. лекарственные средства, не обладающие сильным терапевтическим действием (терминология САР), хранятся в обычных типовых шкафах, выкрашенных в желтый цвет;

- по фармакотерапевтическим группам с учетом физико – химических свойств;
- в зависимости от способа применения (внутреннее, наружное и т.д.)

Изделия медицинского назначения хранятся отдельно и по группам: резиновые изделия, изделия из пластика, стеклянные изделия, перевязочные материалы. Отдельно хранятся изделия медицинской техники.

Некоторые особенности сирийского законодательства

Нормативными документами в Сирии не предусмотрено нормирование штатной численности персонала аптек. Владелец аптеки может по своему усмотрению нанимать специалистов и вспомогательный персонал, а может все виды работ, в том числе и поддержание фармацевтического порядка и санитарного режима, выполнять самостоятельно.

Последипломной подготовки фармацевтических кадров в Сирии не предусмотрено.

Цены на лекарственные средства в САР регулируются государством. Лекарственные средства поступают в аптеку с ценой, отпечатанной на упаковке типографским способом. В Сирии мало дистрибьюторов, чаще всего товар поступает в аптеку по прямым поставкам от заводов-производителей, которых в стране насчитывается около 60. При заключении контракта с заводом на выгодных для аптеки условиях ее владелец может реализовывать лекарственные средства населению по ценам ниже государственных.

Сирийским законодательством не предусмотрены финансовые проверки аптеки при условии, что владелец своевременно уплачивает налог на фармацевтическую деятельность.

Как и в Республике Беларусь, в Сирийской Арабской Республике фармацевтическая деятельность относится к лицензируемым видам деятельности. В стране существует рецептурный и безрецептурный отпуск лекарственных средств из аптек; установлены единовременные нормы отпуска наркотических средств по одному рецепту. Предусмотрены определенные требования к помещениям аптеки, хранению лекарственных средств, санитарно-гигиеническому режиму и персоналу. Цены на лекарственные средства также регулируются государством.

В отличие от Беларуси, в Сирии регламентируется расстояние между аптеками (500 м), нет понятия «аптечный пункт» или «аптечный киоск», минимальная площадь аптечной организации составляет 20м^2 в сельской местности и 25м^2 в городах против 10 м^2 аптечного киоска в Беларуси. В ведении Министерства здравоохранения находятся промышленные предприятия, осуществляющие производство лекарственных средств. По графику каждая аптека выполняет функции дежурной. При прописывании в рецепте лекарственного средства под торговым наименованием категорически запрещено отпускать его синоним.

Некоторые требования к фармацевтической деятельности в Республике Беларусь значительно выше, так как в Сирии не предусмотрены: последипломное обучение провизоров, финансовые проверки аптек, специальные рецептурные бланки для прописывания наркотических средств, предметно-количественный учет спирта этилового, формы учетной документации.

Наше тело построено из мельчайших обновляющихся кирпичиков, которые постоянно поддерживают и охраняют вашу жизнь. Без них не может существовать ни одно живое существо: ни человек, ни животное, ни растение, ибо без этих кирпичиков жизнь невозможна.

Материальный фундамент жизни

Об этих малюсеньких кирпичиках, называемых ферментами, или энзимами, большинство людей знает только понаслышке. Эту странную ситуацию трудно понять, ибо современной науке известно об энзимах много. На самом ли деле эти незаметные ускорители всех биологических процессов так важны, что их можно назвать источниками жизни? Да, это так. Главными «деталями» живых систем являются белки или протеины. Белками они были названы потому, что составляют основную часть яичного белка. Белки представляют собой цепочки аминокислот. На безжизненной Земле эти органические молекулы, вероятно, возникали из неживой материи под действием молний и ультрафиолетового излучения. Тем не менее, их соединение, расстановка, систематическое повторение обширных цепочек аминокислот, которые являются необходимым условием уникальной структуры белков, происходят в организме благодаря энзимам. При этом и сами энзимы по своей химической природе – это не что иное, как белки.

Сегодня мы уже способны частично производить некоторые энзимы искусственным путем. Первые успехи были, например, достигнуты при изучении и копировании процесса фотосинтеза. В настоящее время можно с помощью генной инженерии воздействовать на бактерии таким образом, чтобы они производили энзимы, необходимые для возникновения примитивных форм жизни. Хотя ученые еще очень далеки от того, чтобы вдохнуть настоящую жизнь в робота или изготовить в биохимической лаборатории чудовище Франкенштейна или королеву красоты по нашему выбору. Пока что в наших руках имеется всего несколько простейших энзимов, благодаря которым могут существовать лишь самые примитивные клеточные «проформы». Сложные живые организмы появляются и размножаются лишь в результате постепенного развития, обусловленного взаимодействием множества цепочек реакций разнообразнейших типов энзимов. И только в самом конце этого процесса появляется «венец творения» – Человек. А значит, и вы, уважаемый читатель.

На пути к исцелению организма наука, изучающая энзимы, продвинулась уже достаточно далеко. Наши знания о взаимодействиях в энзимных системах с каждым днем углубляются и расширяются, а с ними и наши возможности укреплять и охранять здоровье человека.

Уже сейчас созданы теоретические основы системной энзимотерапии (СЭТ) – лечебного и профилактического использования энзимных смесей. Данный метод находит все большее применение в мире. Не исключение и наша страна. В Беларуси уже около 10 лет зарегистрирован лекарственный препарат Вобэнзим, включающий в себя сбалансированную смесь энзимов растительного и животного происхождения.

Эффективность Вобэнзима определяется природным происхождением энзимов, дополняющих недостаток активности собственных энзимов организма, и системностью воздействия, что предполагает применение препарата при различных заболеваниях.

Энзимы не призваны заменить обычные лекарства, всегда будет необходимость в неотложных препаратах, даже если это связано с риском развития побочных эффектов.

Одно из многочисленных свойств Вобэнзима – способность улучшать действие других лекарств и уменьшать их побочные эффекты. Например, увеличивать эффективность антибиотиков и при этом снижать их негативное воздействие на печень, почки, иммунитет, микрофлору кишечника. Физиологичность действия энзимов состоит в том, что корректно вмешиваясь в тонкие биохимические механизмы, они могут устранить дисбаланс в организме – основную причину самых разных заболеваний.

Для профилактики Вобэнзим рекомендуется принимать по 3 драже 3 раза в день в течение 3-4 недель, проводя 3-4 курса в год. Вобэнзим способен повысить сопротивляемость организма к нагрузкам и стрессам, активизировать иммунную систему, позволяет ускорить выздоровление, продлевая, таким образом, активные годы жизни.

Рег. уд. МЗ РБ №3767/99/04 от 24.06.2004г.
Перед применением препарата внимательно читайте инструкцию и проконсультируйтесь с врачом.

Системная энзимотерапия

Вобэнзим®

- *Противовоспалительное*
- *Противоотечное*
- *Иммуномодулирующее*
- *Повышение эффективности антибиотиков*

mucos

Mukos Pharma, Германия

Наши партнеры в РБ:
"Доминантафарм" тел.: 211 50 21
"Искамед" тел.: 207 25 06
"Комфарм" тел.: 288 33 70
"Унифарм" тел.: 284 45 44
"Интрефармакс" тел.: 207 00 90

Религия. Духовность. Культура

Он православный. Ходит в храм. Поет в церковном хоре. Участвует в благотворительных проектах. Об этой стороне жизни известного белорусского певца Александра ТИХОНОВИЧА знают немногие. Корреспондент «ЗГ» встретилась со звездой, чтобы узнать, как христианин и шоумен уживаются в одном человеке.

Сначала был Бог

– Александр Григорьевич, сначала вы пришли в шоу-бизнес, а потом к Богу или наоборот?

– Сначала был Бог, а потом уже шоу-бизнес. Мои родители были людьми занятыми, и моим воспитанием занималась женщина, которая в последующем стала для меня дорогим, близким человеком, моей бабушкой. Она была очень набожная. Ходила в церковь и, конечно, брала меня с собой. Мои детские воспоминания: это Свято-Духовный кафедральный собор, Минская икона Божией Матери. Помню, как тяжело было стоять на коленках. Не выдерживая, я начинал ползать по полу. Бабушка меня успокаивала. Я благодарен ей безмерно за то, что с детства не был лишен Бога. Пускай Господь воздаст ей в Царствии Небесном. А я уверен, что она и там молится за меня и мою семью.

Потом, когда учился в Минском суворовском военном училище, моим напоминанием о Боге был крестик, который я никогда не снимал. К сожалению, я не из тех, кто, единожды встретившись с Господом, остаются верными Ему навсегда. Во второй раз я обрел Бога уже в зрелом возрасте. Были ситуации, когда мне Он явно помог. И я понял – только в Нем спасение. Говорю это тем, кто обуреваем страстью алкоголизма, наркомании. Если вы обратитесь к Богу, то вы со всем справитесь.

– Скажите, испытания и трудности, которые вы пережили, – это следствие славы?

– Это следствие слабости. Когда человек выступает перед большой аудиторией людей, на него обрушивается поток особой энергии. Она заряжает так, что артист задыхается. Чтобы справиться с этой силой, разрядиться, он берет в руку стакан водки или принимает наркотики или еще что-то. Этого всего можно избежать, если ходить в храм. Тогда все в человеке будет гармонично уживаться. На себе испытал.

– Есть мнение, что настоящей бывает только та известность, к которой человек оказывается причастным на пути спасения. Вы согласны?

– Несомненно. Но в любом случае, нужно всегда понимать, что ты – никто. Просто раб, который делает то, что должен. Необходимо также всегда задавать себе вопрос: «Во чью славу ты это делаешь?» Если во славу Божию, тогда можно оставаться спокойным и уверенным в том, что идешь по верному пути и результат будет хорошим. А если ты это делаешь, чтобы потешить свое самолюбие, заработать денег, тогда можно предвидеть какой финал тебя ждет.

– Говорят, что шоу-бизнес – это место для амбициозных, самоуверенных и наглых людей. Если это так, то как вам удается в этом мире оставаться христианином?

– Я думаю, что шоу-бизнес для всех: и для хороших, и для плохих. Так же как и Господь. Поэтому не надо всех ровнять под одну гребенку. И в этом мире есть люди искренне верующие. Они помогают нищим, больным, жертвуют на храмы.

– «Испытание славой». Что значат для вас эти слова?

– Для меня это значит забыть, что ты обыкновенный человек и стать каким-то недосягаемым. А ведь все люди одинаковы. Профессии у всех разные. У каждого свой талант, свой успех. Есть выдающиеся сапожных дел мастера, а есть прекрасные артисты, есть потрясающие пекари, а есть хорошие художники. Конечно, говорю сейчас я красиво. Но не всегда получается вести себя соответственно словам. В то же время знаю, Кто мне может помочь стать лучше. Есть пример – Спаситель-Христос. Господь приглашает к Себе на трапезу – на литургию. У нас есть история – Библия, которую мы должны каждый день читать и исполнять. И тогда все будет хорошо. Человек без веры неполноценен. Это незаполненный сосуд.

– Исполнение популярных композиций вы сочетаете, с пением духовных песнопений. Поете их в хоре во время богослужений в Свято-Духовом кафедральном соборе. Расскажите подробнее.

– Да. За свою жизнь пел в ансамблях, сольно, но вот в церковном хоре не приходилось. И сейчас за такую возможность я очень благодарен



Александр ТИХОНОВИЧ

протодиакону кафедрального собора. Как-то он взял меня за руку и отвел на хоры. Я просто оторопел. Ведь там другое состояние. Иначе воспринимаешь литургию. Лучше понимаешь смысл богослужения. Кроме того, духовная музыка – это нечто, без чего человеку трудно жить. Она затрагивает те тонкие материи, те струны души, которые укрепляют наш дух. Церковные мелодии – благодатный дождь на сухую почву.

– Скажите, а если у вас в репертуаре песни о Боге?

– Есть. Для меня и Яди их написал белорусский композитор, руководитель детского вокального ансамбля «Тимпан» Владимир Казбанов. Мы принимали участие в его проекте «Покаяния двери». С концертами этого цикла выступали по городам Беларуси и России.

Хочется, конечно, и самому что-то создать. Но ведь это приходит не по заказу. Слова и музыка во мне сами должны родиться. Как это было с песней «Жизнь прекрасный миг». Мы тогда отдыхали с Ядей и Настей в Евпатории. Я шел с дочкой по улице, и вдруг мелодия всплыла у меня в голове. Чтобы ее не забыть, я со словами: «Настя, стой здесь», – помчался в номер к жене. Спел ей. Она записала. А только потом вернулся, забрал дочку с улицы. Слова также сами пришли. Их только потом немного изменил Володя Некляев.

– Многие артисты не могут создать крепкую семью. Вам с вашей женой это удалось. Как?

– Это Божия милость. С Ядвигой я познакомился еще до «Верасов». Она мне понравилась сразу. Но нашу семью создало совместное творчество. Я благодарю Бога за то, что мне так повезло в жизни, и у меня есть верный и настоящий друг. Ядя – прекрасная жена, прекрасная мать, потрясающий коллега-музыкант. У нас разные вероисповедания. Она католичка. Я православный. Было время, когда меня это беспокоило. И я даже советовался по этому поводу с Митрополитом Филаретом. Он сказал, что жена у меня прекрасный человек, а это самое главное. И я понял, что Владыка прав. Ведь в нашей жизни было много плохого, а она выдержала и не выгнала меня, несла этот крест супружества достойно. Моя жена – мой земной Ангел Хранитель.

Рубрику ведет
Алена СОКОЛОВСКАЯ

Астрологический прогноз на март

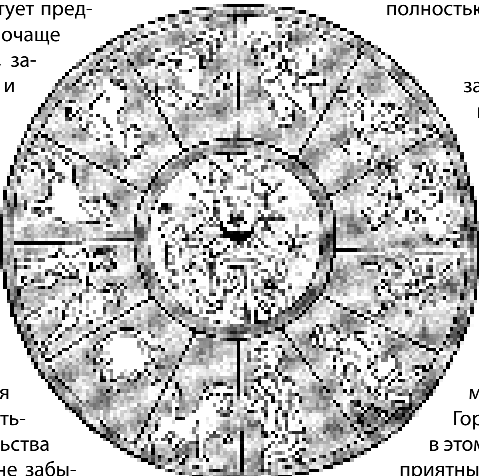
Неутомимым натурам **Овнам** первый месяц весны дастся тяжело. Придется собрать всю волю «в узелок», чтобы не испортить отношений с друзьями и не впасть в депрессию. Но звезды спешат обнадежить представителей этого знака Зодиака – после дня весеннего равноденствия и состояние, и настроение Овнов резко улучшится, наступит долгожданный творческий подъем.

Тельцов тоже может настигнуть весенняя хандра, от которой избавиться удастся только в пути – гороскоп советует осуществить различные поездки и путешествия. Кстати, то, что обязательно должно приободрить Тельцов, – это факт, что везение и удача будут частыми их спутниками в марте.

Активность и инициативность поглотят **Близнецов** в ближайшем месяце. Поступят сразу несколько предложений работы и интересных проектов, за которые тотчас захочется взяться. В любом деле можно рассчитывать на помощь друзей – они будут необычайно добры к Близнецам. Хорошо бы в таком плотном рабочем графике найти время для бассейна или сауны – обычного спортзала уже маловато.

Раки наконец-то завершат ремонт или, по крайней мере, максимально приблизятся к его финалу. Благоприятно будут развиваться и все рабочие вопросы. В командировках велика вероятность каких-то судьбоносных встреч и решений. Домашние дела тоже порадуют. Главное – нужно оберегать здоровье, оно может подвести Тельцов в марте.

Накопившаяся усталость и авитаминоз будут управлять в марте **Львами**. Хотя их неуемная натура и будет вырываться наружу, решая самые сложные проблемы и достигая профессиональных высот, но неудовлетворенность всем и вся может отравить настроение этим огненным оптимистам. Гороскоп советует представителям данного знака почаще бывать на свежем воздухе, завести домашнего питомца и вообще больше отдыхать.



Март обещает **Девам** период серьезной работы над собой. Им придется принимать непростые решения и нести ответственность, которая будет весьма тяжела. Это не может не сказаться на здоровье, поэтому если Девам дорога их нервная система, то нужно постараться воспринимать обстоятельства максимально спокойно. И не забывать, что за любой черной полосой непременно следует белая.

Еще с конца прошлого года **Весов** атакуют всевозможные проекты и идеи, от которых все сложнее отказываться. В марте пришло время сказать свое решительное «Нет!» тем, кто привык справляться с трудностями за счет гениальности Весов. Настало время здорового эгоизма – и его нельзя упускать. Звезды рекомендуют Весам подумать о себе, о нереализованных желаниях и ни в коем случае не переживать о том, что кому-то без привычной помощи энтузиастов-Весов пришлось делать работу самому. Кстати, в марте стоило бы взять хотя бы часть отпуска и полностью забыть о буднях.

Скорпионы в марте задумают и осуществят грандиозные планы по смене деятельности. Это может быть новая работа или новая должность в рамках старой. В любом случае материальное положение явно упрочнится. Настроение будет задорным и самочувствие таким же. Гороскоп намекает, что в этом месяце можно ждать приятных сюрпризов от членов семьи и самых близких людей.

Мартовские советы астрологов **Стрельцам** сводятся к тому, чтобы не начинать никаких проектов в этот период. Первый весенний месяц можно посвятить плодотворной работе над привычными и давно запланированными задачами. Особенно остерегаться нужно новых, малознакомых людей, так как они способны испортить Стрельцу не только настроение. Также хорошо скажется на самочувствии представителей этого знака Зодиака профилактическая фитотерапия.

Козерогам предстоит серьезный разговор с руководством в марте. Но для уверенной защиты своей позиции на руках у Козерогов будут лучшие карты, поэтому все разрешится весьма успешно. В начале весны этим зодиакальным трудоголикам придется выбирать между несколькими очень солидными предложениями работы. Нелишним будет посетить врача и сдать всевозможные анализы. Месяц будет удачным.

Март будет спокойным у **Водолеев**. Хлопотные дела уйдут на второй план и растворятся там. Забот, конечно, по-прежнему будет много, но тревожить они Водолеев уже не будут. И как только работа станет отнимать меньше времени, к концу месяца она видоизменится и полноправно завладеет всем свободным временем талантливых Водолеев.

Рыбы в марте поймут, что слишком мало отдыхают. И если отнестись к этому без должной серьезности, то очень скоро организм просигнализирует о том, что его ничего не интересует кроме собственного состояния. Поэтому звезды советуют Рыбам разумно чередовать работу с отдыхом, не забывая о важности витаминной поддержки, занятий спортом и ежедневных прогулок.



TEVA

Генерическая компания № 1 в мире

Качество и доступность от мирового лидера среди производителей генериков

Teva Pharmaceutical Industries Ltd. входит в число 20 крупнейших фармацевтических компаний в мире и является лидером среди производителей генериков.

Основными областями специализации компании являются разработка, производство и продвижение:

- генериков;
- инновационных препаратов;
- запатентованных брендированных лекарственных средств и способов доставки ингаляционных препаратов;
- химических субстанций.

Созданная более ста лет назад и начавшаяся с небольшого аптечного бизнеса на территории современного Израиля, сегодня Teva располагает разветвленной сетью дочерних компаний в более чем 50 странах мира. Годовой объем продаж превышает 12 млрд. долларов США, из которых 80% приходится на Северную Америку и Европу. В 2007 году Teva отметила 25-летний юбилей своего присутствия на фондовой бирже NASDAQ (США), из года в год уверенно входя в рейтинг 15 наиболее успешных компаний, представленных на бирже.

В 2006 году компания Teva приобретает компанию Айвекс, хорошо известную в Беларуси благодаря качественным и недорогим препаратам – Ново-Пассит, Стоптуссин, Санорин, Стопангин, Йокс.

Спустя 2 года приобретена компания Барр с подразделением ПЛИВА, представленная в РБ препаратами Сумамед, Гепатил, Гастал, Коринфар, Катадолон и др.

Так образовалась сегодняшняя Teva:

- с более чем 26 000 сотрудников во всем мире;
- с огромным портфелем препаратов;
- с серьезным стратегическим фокусом на брендированный генерический бизнес в основных терапевтических областях;
- с непосредственным присутствием в более чем 50 странах мира;
- с распространением фармацевтической продукции в более чем 80 странах мира;
- с 44 фармацевтическими заводами, производящими готовые лекарственные средства;
- с 18 заводами, производящими активные фармацевтические ингредиенты (АФИ);
- с 15 центрами, занимающимися исследованием и развитием новых терапевтических субстанций.

Стоптуссин

Капли, 10мл. и 25мл.

Бутамирата дигидроненцитрат

Гвайфенезин

Стоптуссин фито

Сироп, 100мл.

Тимьян

Чабрец

Подорожник

Мед

Препарат предназначен для лечения кашля. Позволяет сочетать два эффекта в одном препарате:

1. Отхаркивающий (лечебный).
2. Противокашлевый

Рег. уд. МЗ РБ № 2338/97/01/06 от 30.10.2006 до 30.10.2011
№4051/99/04 от 30.09.2004 до 30.09.2009





Санорин

Раствор 0,05%, 10 мл.

Раствор 0,1%; 10 мл.

Спрей 0,1%; 10 мл.

Нафазолин

Препарат, предназначенный для лечения ринита. Позволяет рекомендовать лекарственную форму с учетом пожеланий пациента:

– по удобству использования;
– по возрасту.

Санорин

Эмульсия назальная 0,1%; 10 мл.

Нафазолин

Эвкалиптовое масло

Препарат предназначен для лечения ринита. Сочетает сосудосуживающий и антибактериальный эффекты.

Рег. уд. МЗ РБ № 2335/97/01/06 от 30.10.2006 до 30.10.2011, № 5741/02/07 от 31.08.2007 до 31.08.2012, № 8340/02/07 от 31.08.2007, до 31.08.2012, № 8341/02/07 от 31.08.2007 до 31.08.2012

Стопангин

Раствор, 100 мл.

Спрей, 30 мл.

Гексетидин

Метилсалицилат

Смесь эфирных масел

Препарат для лечения заболеваний горла. Позволяет обеспечить действие двух эффектов в одном препарате:

1. Антисептического (лечебного).
2. Обезболивающего (симптоматического)

Рег. уд. МЗ РБ № 6303/03/08 от 29.04.2008 до 29.04.2013





Йокс

Раствор, 50 мл.

Спрей, 30 мл.

Поливидон йод

Алантоин

Препарат для лечения заболеваний горла. Позволяет обеспечить противомикробное действие.

Рег. уд. МЗ РБ № 5943/02/07 от 02.11.2007 до 02.11.2012

Перед применением ознакомьтесь с инструкцией и проконсультируйтесь с врачом

Главный редактор
Людмила ЕВТУШЕНКО

№ 6 (190)
26 февраля 2009 г.
Выходит четыре раза в месяц.
Газета зарегистрирована в Министерстве информации Республики Беларусь.

Свидетельство о регистрации № 1605.

Учредитель и издатель ИЧУП «Профессиональные издания»

Зам. главного редактора
Валентина ГЛУШУК

Специалист отдела рекламы
Ольга ЖАРКОВА

Дизайн и верстка
Сергей КАУЛЬКИН

Адрес редакции:
220023, г. Минск,
ул.Чернышевского, 10-а, офис 805

Тел./факс:
+375 (17) 280-01-12,
287 38 30, 280-32-88, 280-88-09;
+375 (29) 3-499-732
ro@recipe.by
http://www.recipe.by

Перепечатка допускается только с разрешения редакции. Мнения авторов публикуемых материалов могут не совпадать с мнением редакции.
В газете используются собственная информация, ресурсы Интернет.

Ответственность за информативное содержание рекламы несут рекламодатели.

Подписано в печать
20.02.2009 г.

Отпечатано в типографии ОДО «Знамение»
(лиц. № 02330/0131538 от 04.10.2005 г.)
220108, г. Минск,
ул.Корженевского, 14

Подписные индексы:
63422 – индивидуальный
634222 – ведомственный

Объем издания – 2 печатных листа.
«Профессиональные издания» ©
Дизайн макета и оформление – «Профессиональные издания».
Цена номера – свободная

Тираж – 6 500 экз.
Заказ №

ЗДОРОВАЯ ГАЗЕТА